

デュアルタスク - 歩行 (運動課題+運動課題 編)



【運動課題例①】

上肢運動 - 拍手 (1秒間隔) ・ 指折り (両手同時・片手) ・ グーチョキパー連続 (両手同時・片手) ・ 肘の屈伸 (両肘同時・交互・片手)

【運動課題例②】

一人ジャンケン (どちらかの手が勝つようにする) ・ 器などにボールを入れて落とさないようにする など

下肢運動 - 歩行・ダンデム歩行 (継ぎ足歩行) ・ スラローム歩行 (ジグザグ歩行) など

【評価例】

実施する各運動課題が単発ではできることを確認後、同時に課題を実施した際に

「途中で運動が止まる (上手くできない) 回数」や「連続して実施できる継続時間」の変化などをチェックする。

年 月 日

【実施する運動課題】 _____

【実施する運動課題】 _____

連続実施時間 _____ (秒・分)

運動が止まる回数 _____ 回
(上手くできない回数)

年 月 日

【実施する運動課題】 _____

【実施する運動課題】 _____

連続実施時間 _____ (秒・分)

運動が止まる回数 _____ 回

年 月 日

【実施する運動課題】 _____

【実施する運動課題】 _____

連続実施時間 _____ (秒・分)

運動が止まる回数 _____ 回

年 月 日

【実施する運動課題】 _____

【実施する運動課題】 _____

連続実施時間 _____ (秒・分)

運動が止まる回数 _____ 回

年 月 日

【実施する運動課題】 _____

【実施する運動課題】 _____

連続実施時間 _____ (秒・分)

運動が止まる回数 _____ 回

年 月 日

【実施する運動課題】 _____

【実施する運動課題】 _____

連続実施時間 _____ (秒・分)

運動が止まる回数 _____ 回